

## Wie soll man denn noch priorisieren können ?

Es wird gesagt, dass es gesund ist jeden Tag einen Apfel zu essen und eine Banane, um genügend Calcium zu bekommen. Man soll auch eine Apfelsine essen - wegen der C-Vitamine !

Dann muss man auch eine Tasse grünen Tee trinken (ohne Zucker - um Diabetes zu vermeiden) - und um das Cholesterin im Körper zu vermindern !

Man muss auch mindestens 2 Liter Wasser täglichtrinken und genau so viel wieder ausscheiden , wodurch man die Zeit weitgehend im Verhältnis zum bisherigen Aufwand verdoppelt !

Man soll auch täglich einen Becher Yoghurt verzehren, um die guten Bakterien in den Magen zu bekommen, wovon jedoch niemand weiß, was sie überhaupt bewirken, jedoch musst Du mindestens eine Million davon permanent im Magen haben, sonst ist es absolut nicht gut !

Du musst auch täglich ein Glas Rotwein einnehmen (trinken), um einem Herzinfarkt vorzubeugen. Und dann ein Glas Weißwein, um Dein Nervenkostüm zu schützen! Und natürlich auch eine Flasche Bier (...ich erinnere nicht mehr genau, wofür das eigentlich gut

ist! ?) Wenn Du allerdings diese drei Getränke gleichzeitig zu Dir nimmst, kannst Du einen Schlaganfall erleiden, was jedoch nicht so viel ausmacht, weil Du das dann ja gar nicht mehr merkst.

Man soll Nüsse und Bohnen bzw. Erbsen jeden Tag verzehren. Sehr viele Nüsse und Bohnen und Erbsen !

Du sollst 4 bis 6 Mahlzeiten pro Tag zu Dir nehmen, leichte Mahlzeiten, aber vergiss bitte nicht, dass Du jeden Mundvoll mindestens 36 Mal kauen musst. Allein dafür vergehen 5 Stunden ! Und dann noch ein wichtiges Detail: nach jeder Mahlzeit musst Du die Zähne bürsten. Bürste Deine Zähne nach dem Apfel, dem Yoghurt, der Banane, den Nüssen, den Bohnen und den Erbsen.

Dies musst Du natürlich machen, so lange du noch Zähne hast, und vergiss bitte nicht die Zahnseide, die Zahnfleischmassage und das Mundwasser.

Wenn Du sowieso schon mit dem Zähneputzen in Gange bist, dann kannst Du ja auch gleich das Bad putzen oder dort eventuell einen CD-Player oder einen Fernseher installieren; denn mit all dem Wasser, dass Du trinkst, sowie mit den anderen Getränken und dem Zähneputzen, wirst Du ganz automatisch sehr viel Zeit im Bad verbringen müssen.

Man muss auch mindestens 8 Stunden pro Tag schlafen - und auch 8 Stunden am Tag arbeiten.

Wenn Du die 5 Stunden hinzurechnest, die beim Essen vergehen, kommst Du bereits auf 21 Stunden.

Somit sind noch 3 Stunden zur Verfügung - unter der Voraussetzung, dass Du zur und von der Arbeit nicht

in einen Stau gerätst.

Laut Statistik schauen erwachsene Menschen am Tag 3 Stunden Fernsehen. Das funktioniert nicht mehr, wenn man mindestens jeden Tag die empfohlene halbe Stunde (spazieren) geht.

... Übrigens ein kleiner Tipp: nach 15 Minuten umkehren und nach Hause gehen. Sonst wird Dein Spaziergang eine ganze Stunde andauern!!

Du musst Dir auch Zeit nehmen, um Deine Freunde zu treffen, weil sie wie Pflanzen sind. Du musst sie jeden Tag bepflücken!

Neben allem anderen musst Du dich auch noch informieren, d.h. wenigstens 2 Zeitungen am Tag lesen, um eine kritische Einstellung zum Leben zu bekommen.

Du musst aber auch jeden Tag Sex haben, allerdings ohne dass es zur Routine wird.

Du musst innovativ und kreativ sein und jedes Mal Deinen Partner auf neue Art und Weise verführen. Hierfür wird Zeit gebraucht, Zeit die man eigentlich gar nicht hat.

Du musst auch Zeit haben für Deine Familie, Zeit um Deine Wohnung sauber zu halten, die Fußböden aufzuwischen, das Geschirr zu spülen,

Wäsche zu waschen, zu bügeln, um gar nicht davon zu reden, was alles noch anfällt, wenn Du Kinder oder Haustiere hast. Wenn man all das zusammenrechnet,

müssen mindestens 29 Stunden zur Verfügung stehen.  
Das ist aber nicht möglich!  
Insofern ist die einzige Lösung, mehrere Sachen  
gleichzeitig zu machen !

**Beispielsweise mit kaltem Wasser baden und den  
Mund geöffnet halten, so dass Du Deine 2 Liter  
Wasser pro Tag erhältst.**

**Während Du das Bad verlässt - mit der Zahnbürste  
im Mund - kannst Du gleichzeitig Sex haben mit  
Deinem Partner, der fernsieht und die Zeitung liest,  
während Du den Fußboden schrubbst.**

**Dann hast Du immer noch eine Hand frei, um Deine**

**Freunde und Familienangehörige anzurufen  
Trinke in jedem Falle danach den Wein, denn das  
wird unbedingt erforderlich sein!!!**